

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	06.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Салаты		Огурцы свежие	80		12	0,52	0,09	2,51
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "По-домашнему"	90		233,32	13,6	15,08	10,8
Завтрак	Гарнир из		Рис припущенный	150		199,22	4,26	3,83	41,35
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	19		45,98	1,54	0,48	8,87
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	17		37,74	2,33	0,48	6,04
				566	107,70	612,07	22,4	27,22	73,86
Завтрак	Блюда из птицы		Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	90		237,2	12,32	16,72	9,36
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (улитки)	150		255,81	6,72	4,89	45,84
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		"Крендель сахарный" 50гр.	50		248,11	3,43	10,98	33,82
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
Завтрак	Фрукты		Фрукт апельсин свежий	150		58,5	1,35	0,3	12,15
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	21		42	1,39	0,23	8,61
				661	107,70	841,63	25,21	33,12	109,78

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	06.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из птицы		Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	90		112,05	13,11	4,82	3,87
Завтрак	Гарнир из круп		Гречка отварная рассыпчатая (масло раст.)	150		202,5	5,85	6,12	30,6
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Фрукты		Фрукт мандарин свежий	80		30,4	0,64	0,16	6
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	20		44,4	2,74	0,56	7,1
				570		521,56	24,11	19,42	61,2
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно)	80		12	0,52	0,09	2,5
Обед	Первые блюда		Суп-лапша с курицей и зеленью (раст. масло)	250		203,75	9,79	12,05	13,8
Обед	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "По-домашнему"	90		233,32	13,6	15,08	10,8
Обед	Гарнир из овощей	№1	Рагу овощное	180		160,49	3,53	4,24	26,84
Обед	Напитки	771	Напиток фруктово-ягодный с брусникой	200		42,25	0,15	0,1	10,1
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
				840	246,10	740,21	30,53	32,28	81,58